N° 48.

ESSAI

SUR L'HYGIÈNE

APPLIQUÉE

AUX FEMMES ENCEINTES;

THÈSE

Présentée et soutenue à la Faculté de Médecine de Paris, le 13 mars 1832, pour obtenir le grade de Docteur en médecine;

PAR AUGUSTE-FRANÇOIS LEMARCHANT, de Lassay,

Département de la Mayenne;

Bachelier ès-lettres et ès-sciences.

A PARIS,

DE L'IMPRIMERIE DE DIDOT LE JEUNE,

Imprimeur de la Faculté de Médecine, rue des Maçons-Sorbonne, n°. 13.

1832.

INTRODUCTION.

A aucune époque de la vie la femme ne mérite mieux de fixer l'étude de l'homme qui se consacre au soulagement de ses semblables que pendant la gestation, c'est-à-dire pendant le temps qui s'écoule depuis l'instant où elle a conçu jusqu'au moment où elle livre à la société le fruit de ses amours; qu'il me soit donc permis de traiter de l'hygiène des femmes enceintes. Conserver l'être qui fait le charme de la société, l'espoir d'une famille, le bonheur d'un époux, tel est le but que nous devons tous nous proposer.

L'intérêt et le respect qu'inspire une femme enceinte sont si naturels, ont été si généralement sentis dans tous les temps, chez tous les peuples, que quelques-uns sont allés jusqu'à lui rendre une espèce de culte religieux, consacré par des usages particuliers. A Lacédémone, les citoyens étaient tenus de se mettre à l'écart lorsqu'ils rencontraient une femme grosse. A Athènes, à Carthage, leur demeure était inviolable, et le coupable qui était parvenu à s'y réfugier échappait au glaive de la justice. A Rome, elles étaient dispensées de se ranger dans la foule au passage des premiers magistrats. Si ces coutumes superstitieuses n'existent plus de nos jours, la médecine ne nous offre-t-elle pas, sinon l'avantage de rendre aux femmes ces marques d'honneur et

de déférence, du moins les moyens de conserver leur santé et de diminuer les incommodités attachées à leur état, et les dangers sans nombre qui menacent la maternité.

Dans cette dissertation, je me propose, après avoir donné quelques considérations générales sur la grossesse, de déterminer par des règles précises l'usage que les femmes enceintes doivent faire des choses appelées improprement *non naturelles* par les anciens, et que le savant professeur *Hallé* a divisées en *circumfusa*, *applicata*, *ingesta*, *excreta*, *acta* et *percepta*.

Puissé-je, pénétré de l'importance de mon sujet, me rendre utile à la société et mériter l'approbation de mes juges!

ESSAI

SUR L'HYGIÈNE

APPLIQUÉE

AUX FEMMES ENCEINTES,

CONSIDÉRATIONS GÉNÉRALES SUR LA GROSSESSE.

La grossesse, quoique appelée dans le monde une maladie de *neuf mois*, ne peut être considérée par le médecin comme un état morbide, mais comme une fonction naturelle, ordinairement accompagnée d'incommodités plus ou moins graves. En effet, dans aucune circonstance de la vie l'économie tout entière ne reçoit une modification plus marquée. Le moral et le physique de la femme nous offrent une série de phénomènes dont il est souvent bien difficile de se rendre compte, et qui ne surprennent pas moins par leur bizarrerie que par leur différence chez les différentes femmes. La matrice, devenue un nouveau foyer de sensibilité, fait jaillir sur tout l'organisme ses effets sympathiques, et imprime une manière d'être toute nouvelle.

Le système nerveux est ébranlé, l'imagination est exaltée, le caractère est entièrement changé ; aussi telle femme, de vive et enjouée qu'elle était avant d'être enceinte, est-elle devenue triste et mélancolique ; telle autre, au contraire, paraît plus aimable et plus gaie ; celle-ci a l'esprit plus vif et plus pénétrant ; celle-là tombe dans une sorte d'insouciance et d'apathie insolites. Cependant l'état de grossesse n'a pas toujours une influence aussi prononcée sur le moral de la femme ; quelquefois il ne lui imprime aucun changement ou ne le modifie que d'une manière à peine sensible.

Le physique ne présente pas à notre observation des dérangemens moins nombreux et moins dignes d'attention : toutes les fonctions peuvent être troublées, tous les systèmes affectés d'une manière plus ou moins directe. Les organes de la digestion, surtout, sont le siége d'aberrations très-remarquables : les femmes dédaignent les alimens qu'elles recherchaient avidement avant la conception ; je dirai plus, elles recherchent ceux qu'elles aimaient le moins, les substances même pour lesquelles elles avaient de l'aversion.

Parlerai-je de tous les accidens que les femmes éprouvent, notamment celles qui vivent dans l'abondance? Je craindrais de trop m'écarter de mon sujet si je rapportais tous les changemens qui se manifestent soit dans leur manière de vivre, soit dans leurs habitudes sociales ; je me bornerai à énumérer les différentes incommodités qui peuvent survenir pendant la durée de la grossesse, afin de mieux faire sentir l'utilité d'un régime bien dirigé, propre à les prévenir ou au moins à les diminuer. Ainsi le ptyalisme, la perte d'appétit, des aigreurs, des nausées, des vomissemens, la dépravation du goût, sont les premiers phénomènes qu'on observe ; viennent ensuite la diarrhée, les coliques, les douleurs d'estomac, l'irritation des mamelles, l'odontalgie, l'insomnie, les vertiges, les étourdissemens, la constipation, la dysurie, l'incontinence d'urine, la gêne dans la respiration, les varices, les hémorrhoïdes, enfin le gonflement œdémateux des membres inférieurs. Un grand nombre de ces accidens sont dus aux sympathies que l'utérus, rempli du produit de la concep-

tion, exercé sur les autres organes; les autres tiennent immédiatement à l'effet mécanique de la grossesse. Les premiers, purement nerveux, sont susceptibles d'une plus ou moins grande intensité, suivant l'irritabilité et l'idiosyncrasie des femmes : les explications qu'en donnent les auteurs ne sont fondées que sur des hypothèses. Il n'en est pas de même des seconds, reconnaissant pour cause première le volume inaccoutumé de la matrice : ils se conçoivent et s'expliquent facilement.

Telle est à peu près la longue série des maladies qui traversent ordinairement la grossesse; s'il n'est pas toujours au pouvoir de la femme enceinte de les éviter, au moins peut-elle souvent les prévenir ou les alléger, en observant soigneusement les règles de l'hygiène. Essayons de lui servir de guide.

Fidèle au plan que nous nous sommes tracé, nous allons parcourir successivement les six ordres de choses qui font la matière de l'hygiène.

Circumfusa.

L'influence de l'air atmosphérique sur l'économie animale est de la plus haute importance à connaître; aussi a-t-elle fixé l'attention des médecins de tous les temps. Suivant que ce fluide est pur, ou qu'ayant subi quelque altération, il a acquis des propriétés malfaisantes, il concourt puissamment à l'entretien de la santé, ou il devient une source féconde de maladies. Tant qu'il conserve ses propriétés naturelles, tant que ses principes constituans sont dans un rapport convenable les uns avec les autres, son action est toujours la même. Ce rapport vient-il à changer, ses propriétés physiques viennent-elles à être dérangées, ses molécules se trouvent-elles chargées de matières étrangères, c'est alors qu'il agit sur nous d'une manière plus ou moins nuisible : ses effets sont d'autant plus sensibles qu'ils se manifestent plus subitement, d'autant plus à redouter que notre économie y est moins préparée, ou qu'elle se trouve dans des circonstances physiologiques moins propres à leur résister. Telle est

précisément la position d'une femme enceinte ; chez elle la sensibilité est accrue, tandis que la puissance réactive est singulièrement diminuée. Or, que cette femme si délicate, devenue si impressionnable, s'expose, sans avoir égard à son état, aux vicissitudes de l'atmosphère, bientôt elle sera cruellement punie, et ne tardera pas à payer son imprudence par les maux dont elle sera atteinte.

A la vérité, toutes les femmes enceintes n'ont pas également à craindre les mêmes influences : les femmes de la campagne, habituées à une vie toujours active et laborieuse, obligées par état à se livrer à des travaux pénibles, desquels la délicatesse de leur organisation primitive semblait devoir les exempter, ont acquis par là une force et une constitution presque étrangères à leur sexe ; celles-là, dis-je, pleines de vigueur et brillantes de santé, trouvent en elles le plus sûr garant contre les vicissitudes atmosphériques : aussi arrivent-elles heureusement au terme de leur grossesse, en bravant impunément les intempéries des saisons. Mais combien sont loin de pareils priviléges les femmes de nos grandes cités! Jouissant de toutes les faveurs de la fortune, élevées dans la mollesse et l'oisiveté, elles n'ont atteint l'époque de la puberté qu'à travers les écueils sans nombre qu'une éducation vicieuse a semés sous leurs pas. Voilà celles qui ont un besoin inévitable des lois de l'hygiène ; elles ne sauraient s'en affranchir qu'au préjudice du fruit précieux qu'elles portent dans leur sein.

Pendant la durée de la gestation, la nature semble avoir oublié tout le reste de l'économie pour ne s'occuper que du travail important qui s'opère dans l'utérus. Cet organe est devenu l'objet unique de sa sollicitude : toutes les forces vitales se concentrent sur lui ; aussi les autres parties du corps sont-elles moins disposées à résister aux influences atmosphériques : les femmes ne sauraient donc prendre trop de précautions pour s'en garantir. Qu'elles évitent soigneusement de s'exposer au froid et surtout au froid, humide, cause si fréquente de ces affections catarrhales, déjà très-nuisibles en elles-mêmes, et dont le danger est encore accru en raison de l'état de grossesse. En effet, les secousses violentes occasionées par la toux ne peuvent-elles

pas produire un ébranlement général, irriter la matrice, provoquer ses contractions, et par suite l'avortement? Elles éviteront aussi l'air chaud et humide; il relâche tous les tissus, amène un état de langueur et de faiblesse générale, et rend la femme plus susceptible de contracter des maladies : il est donc de la plus haute importance pour elle de ne point s'exposer à l'intempérie des saisons. Cependant si une impérieuse nécessité la forçait de subir l'influence de ces intempéries, elle doit autant que possible se mettre en état de leur résister : elle se couvrira de vêtemens appropriés à la température; elle puisera dans une nourriture tout à la fois succulente et de facile digestion, dans une boisson légèrement tonique, prises en petite quantité, l'énergie nécessaire pour réagir avec efficacité. Pour sa promenade, elle doit toujours choisir un beau jour : le matin, dans la belle saison, après le lever du soleil, est très-favorable; alors l'air est frais sans être humide, il n'est encore altéré par aucune exhalaison malfaisante; dans ce moment la nature est riante, l'âme jouit et semble faire participer le corps aux délices qu'elle goûte.

L'air, ainsi que nous l'avons déjà dit, ne devient pas seulement nuisible par les changemens qu'éprouvent ses qualités physiques; une altération dans ses propriétés chimiques le rend quelquefois excessivement dangereux. Aussi les femmes, que l'état de grossesse rend déjà si sujettes aux syncopes, aux céphalalgies, éviteront tous les lieux où se trouvent réunis, pour ainsi dire entassés, un grand nombre d'individus, tels que les salles de bal, de spectacle, les cercles nombreux : dans ces lieux, l'air vicié, altéré, chargé d'émanations animales, a perdu son principe salutaire, et la respiration ne se fait plus d'une manière convenable. Elles fuiront encore avec beaucoup de soin le voisinage des marais, des tanneries et autres lieux où l'atmosphère est ordinairement imprégnée d'exhalaisons fétides.

Habitations. Le choix de l'habitation n'est pas indifférent : les femmes fuiront les lieux qui pourraient être contraires à leur état, lorsque leurs facultés et les circonstances le leur permettront; car mal-

heureusement la fortune, prodigue envers les unes, refuse aux autres les objets de première nécessité. La campagne en général offre de grands avantages : là elles sont éloignées des passions et des intrigues ; la vie qu'elles y mènent est plus calme ; l'air qu'elles y respirent est plus pur. Un lieu sec et élevé, exposé aux rayons vivifians du soleil, convient aux femmes d'un tempérament lymphatique : celles, au contraire, chez qui les systèmes sanguin et nerveux sont très-développés, dont le pouls est fort et fréquent, les passions vives et ardentes, celles-là, dis-je, trouveront de l'avantage à habiter dans une vallée ou une plaine, où un air doux et tempéré pourra, jusqu'à un certain point, corriger leur constitution.

Les appartemens de la femme enceinte devront être vastes et bien aérés, et disposés de la manière la plus favorable à la circulation et au renouvellement de l'air. On évitera ceux de nouvelle construction, récemment blanchis ou décorés. Ils seront chauffés convenablement, à un degré proportionné à leur capacité, à la température extérieure et à la susceptibilité de la femme. Le bois sera préféré à tout autre combustible. On doit se servir de foyers ouverts de préférence aux poêles ; s'ils ne chauffent pas aussi également, ils ont sur ces derniers l'avantage très-grand d'être plus favorables à la ventilation ; ils sont en outre plus gais, plus agréables, et deviennent en quelque sorte une espèce de société.

Il n'est pas jusqu'aux odeurs les plus agréables dont les femmes enceintes ne doivent redouter l'impression : on a vu les parfums les plus doux, tels que celui de la rose, du jasmin, du muguet, causer des céphalalgies, des syncopes et autres accidens. Elles doivent donc se soustraire à toute émanation odorante un peu forte, capable d'affecter vivement la membrane olfactive ; elles doivent surtout éloigner toute espèce de fleurs de leur chambre à coucher, parce qu'elles ont le double inconvénient d'exciter le système nerveux par leur arome, et de nuire à la respiration en absorbant de l'oxygène et en laissant dégager du gaz acide carbonique.

Applicata.

Vêtemens. Les habillemens servent à nous garantir des injures de l'atmosphère ; ils placent, pour ainsi dire, une barrière entre notre propre température et celle du dehors, plus ou moins susceptible de produire sur nous un effet nuisible. La femme, que la grossesse a rendue plus susceptible, doit faire choix de vêtemens dont la nature soit parfaitement en rapport avec son état actuel et la température régnante. Elle ne doit pas balancer à sacrifier au devoir de mère les soins d'une vaine coquetterie : en hiver, les étoffes de laine souples et légères, et qui à ces avantages en joignent un autre bien plus important encore, celui d'être mauvais conducteurs du calorique, devront obtenir la préférence. S'il est indispensable pour la femme de se soustraire à l'influence du froid, combien les chaleurs excessives de l'été ne peuvent-elles pas lui être préjudiciables, par l'état de faiblesse qu'amèneraient des sueurs abondantes si l'on négligeait d'employer les moyens propres à les prévenir ! Pendant cette saison, elle fera usage de vêtemens particulièrement tirés du règne végétal ; ils devront être minces, légers, tels que les tissus de lin, de chanvre. Au printemps, en automne, saisons pendant lesquelles les variations de température sont si fréquentes, on préfèrera les tissus qui conservent toujours une chaleur modérée. Dans tous les temps, les femmes devront se garder de diminuer le nombre de leurs vêtemens, ou de les échanger sans précautions contre d'autres plus légers. Ne devraient-elles pas aussi éviter de laisser à nu certaines parties du corps habituellement couvertes, telles que les bras, et particulièrement la poitrine? Quelle influence fâcheuse l'impression d'un air froid ne peut-elle pas avoir sur les mamelles, organes d'une texture si délicate et dont la sensibilité est encore augmentée en raison des sympathies étroites qui les unissent avec l'utérus !

Les vêtemens ont encore en eux-mêmes une action réelle : leur forme n'est pas toujours exempte d'inconvéniens ; leur mode d'appli-

cation, leur confection vicieuse exposent souvent à bien des accidens. Je n'ai point l'intention de m'ériger ici en réformateur de la toilette des dames ; cependant il est du devoir d'un médecin de combattre cette habitude, si commune parmi elles, de porter pendant une grande partie, et quelquefois même pendant toute la durée de leur grossesse, ces espèces d'étuis baleinés qu'on nomme *corsets*. Quels effets malheureux ne résulte-t-il pas de cet usage pour la mère et pour l'enfant! Outre que la respiration est gênée, les glandes mammaires, pressées, comprimées fortement, ne peuvent se développer; elles deviennent le siége de douleurs vives, quelquefois même d'abcès et de suppurations abondantes ; la matrice elle-même est comprimée d'une manière dangereuse : les viscères abdominaux, refoulés sur elle de haut en bas, produisent sa déviation, s'opposent à son développement, et le fœtus, trop faible pour vaincre les obstacles qu'il rencontre, est arrêté dans son accroissement; l'avortement peut même quelquefois être le résultat de cette résistance que la nature éprouve. Aussi dès qu'une femme a lieu de se croire enceinte, elle doit, pour la conservation de sa propre santé et dans l'intérêt du fruit qu'elle porte dans son sein, secouer le joug de la mode, se vêtir d'habillemens larges, aisés, de manière à ne pas nuire à la dilatation de la poitrine et au développement de la matrice. Les anciens n'étaient-ils pas plus sages que nous à cet égard? A Rome une loi enjoignait aux femmes enceintes de quitter la ceinture qu'elles avaient coutume de porter au-dessous des seins. Il faut aussi éviter toute espèce de compression sur les membres abdominaux, autour des articulations ; ces pressions, jointes à celle qu'exerce l'utérus, surtout vers les derniers mois de la grossesse, sur l'origine des vaisseaux qui, du bassin, se rendent aux parties inférieures, disposent singulièrement aux engorgemens œdémateux et aux dilatations variqueuses.

Lits. Le lit destiné au repos et à la réparation des forces doit être de nature à céder modérément au poids du corps. Il faut rejeter ces lits inventés par la mollesse, dans lesquels le corps est comme

enseveli. Ils ont l'inconvénient de provoquer des sueurs abondantes, qui rendent nuls les effets réparateurs du sommeil. Un autre désavantage non moins digne de fixer l'attention du médecin hygiéniste, c'est la propriété dont jouissent ces lits ou trop chauds ou trop mous, d'exciter les organes génitaux et de provoquer des pertes. En général, la couche de la femme enceinte sera placée dans un appartement vaste et bien aéré; elle doit être garnie d'enveloppes dont le nombre et la nature soient en rapport avec la température de l'atmosphère.

Bains. Les anciens, entre autres *Avicennes* et *Moriceau*, interdisaient scrupuleusement les bains aux femmes enceintes, craignant de provoquer l'avortement prématuré. Les avantages qu'on a retirés dans un grand nombre de cas de leur administration ont assez démontré combien cette crainte était peu fondée. Aujourd'hui leur efficacité est généralement reconnue, mais leur emploi et leur fréquence doivent varier suivant le tempérament. Les femmes faibles et délicates, dont la fibre est molle, s'interdiront l'usage des bains tièdes; ils ne feraient qu'accroître les inconvéniens attachés à leur constitution, et les rendre maladives. Elles pourront cependant en prendre quelques-uns par propreté; mais ils devront être de peu de durée et à une température peu élevée, à dix ou douze degrés (*Réaumur*). Elles auront la précaution, au sortir du bain, de se frictionner légèrement avec un tissu de laine, et de se livrer à un exercice actif et modéré. Les bains tièdes, au contraire, sont très-avantageux aux femmes sanguines et nerveuses, qui, à la moindre occasion, sont prises de coliques et de convulsions; ils peuvent être administrés à toutes les époques de la grossesse; les accidens qu'on a à combattre doivent seuls guider dans leur emploi. En général, le temps qui indique le mieux leur usage est le premier et le dernier mois : dans le premier, ils calment l'irritation de la matrice; dans le dernier, ils sont surtout utiles chez les femmes enceintes pour la première fois; ils diminuent la rigidité des parties génitales, les disposent à une plus grande extension, et peuvent rendre ainsi l'accouchement moins laborieux.

L'usage inconsidéré des pédiluves pourrait peut-être aussi avoir quelque inconvénient. Cependant il nous semble qu'on en a trop exagéré les dangers. Ne voyons-nous pas tous les jours de jeunes filles devenues enceintes à la suite d'un commerce illicite, porter l'usage de ces bains jusqu'à l'excès, dans l'intention de se faire avorter? Elles sont presque constamment déçues de leurs criminelles espérances. Il ne faudrait donc pas balancer à les employer, si quelque accident grave en réclamait l'usage.

Ingesta.

Alimens. Il n'est pas moins difficile, pour ne pas dire impossible, d'assigner d'avance la nature des alimens dont les femmes doivent faire usage pendant la grossesse, que de déterminer la quantité qui leur est convenable ; le même régime ne convient pas à toutes indistinctement : ce qui est salutaire à l'une pourrait être nuisible à l'autre ; elles exigent donc une alimentation différente, suivant leur idiosyncrasie et leurs habitudes. Et d'ailleurs l'état de grossesse ne change-t-il pas quelquefois entièrement leurs goûts? qui ne sait ces désirs et ce appétits bizarres dont elles sont sans cesse tourmentées? La sensibilité de l'estomac et celle de l'organe du goût sont souvent tellement perverties, que tel aliment qui plaisait auparavant est devenu un objet de dégoût et d'aversion ; d'autres, au contraire, qui semblaient n'inspirer que de la répugnance dans l'état ordinaire de la vie, sont goûtés et savourés avec délices ; et l'estomac, qui naguère n'aurait pu supporter ces substances, s'exerce maintenant sur elles sans inconvénient et même avec avantage. La dépravation du goût est quelquefois portée si loin, que les femmes, semblant avoir perdu la raison, convoitent de tous leurs désirs les alimens les plus insipides, et sont comme portées irrésistiblement à ingérer dans leur estomac les substances les plus dégoûtantes, telles que de la cendre, du charbon, du sel commun (muriate de soude), du poivre, du vinaigre, des arraignées.

En général, pendant le temps de la grossesse, les femmes doivent établir leur alimentation sur un plan nouveau, lui faire subir quelques modifications rigoureusement nécessitées par leur état actuel. Elles ne feront usage que d'alimens légers, simples, contenant beaucoup de matières nutritives sous un très-petit volume. C'est principalement dans le début de la grossesse, alors que l'estomac est très-susceptible, qu'elles doivent user d'une grande sobriété. Plus tard, vers le quatrième mois, elles pourront, sans inconvéniens, se relâcher de cette sévérité de régime. Dans le monde, on pense que les femmes enceintes doivent manger pour deux : ce préjugé est éminemment pernicieux; et d'ailleurs n'est-il pas démenti par la nature elle-même, qui rend presque nul leur appétit dans les premiers temps de la gestation, et semble leur inspirer le dégoût des alimens succulens, comme pour les soustraire aux accidens de la pléthore sanguine? Il existe encore un autre préjugé non moins ridicule : on se fait un devoir de satisfaire tous les goûts d'une femme grosse; si on osait les contrarier, l'enfant serait exposé à porter sur quelque partie de son corps l'image de l'objet inutilement convoité. « Que de figures singulières ne verrait-on pas, dit *Buffon*, si les vains désirs des femmes étaient écrits sur la peau des enfans! » En effet, combien de femmes dont la grossesse a été tourmentée par les appétits les plus bizarres, les goûts les plus ridicules, mettent au jour des enfans dont la peau ne présente aucune tache; tandis qu'au contraire d'autres enfans naissent avec des envies où l'on pourrait voir la forme de quelque fruit, la figure de quelque animal que la mère n'a jamais désirés et dont elle n'a jamais eu connaissance. Quoi qu'il en soit, on peut satisfaire ces goûts autant que cela ne compromet pas la santé, non pour empêcher que l'enfant n'apporte en naissant quelque difformité, mais pour ne pas troubler le repos de la mère et porter ainsi préjudice à la nutrition et au développement du fœtus. Nous laisserons donc les femmes s'en rapporter, jusqu'à un certain point, pour le choix des alimens, à leurs goûts, et surtout à leur expérience, qui mieux que le médecin leur apprendra quelles sont les substances qui conviennent ou qui répugnent à

leur estomac. Qu'elles suivent à cet égard le précepte que donne Hippocrate : *Paulò deterior et potus et cibus, jucundior autem, eligendus, potiùs quàm meliores quidem, sed ingratiores.* Il faut préférer une nourriture et une boisson agréables, quoique moins salutaires, à des alimens et à une boisson plus salubres, mais désagréables. Cependant, tout en permettant aux femmes fortes et robustes de satisfaire leurs goûts, nous établirons en principe qu'une femme faible et délicate, pour qui chaque digestion est une courte maladie, devra s'abstenir d'alimens âcres, de viandes salées et épicées, en un mot de toutes ces substances échauffantes qui laissent sur les organes digestifs un sentiment de chaleur et d'oppression.

Boissons. Les boissons seront variées suivant l'habitude et la constitution particulière. Il y aurait de l'inconvénient, pour la femme qui est habituée à quelque boisson excitante, de s'en priver tout à coup. Mais si celle-ci peut en continuer un usage modéré, à combien de dangers ne s'exposerait pas celle qui, joignant au défaut d'habitude une constitution nerveuse, aurait l'imprudence de s'y adonner, non-seulement sans mesure, mais encore avec quelque réserve! L'eau mêlée avec un tiers de vin est la boisson qui convient le mieux à toutes les femmes enceintes. Le vin pur même, pris en petite quantité, est très-favorable après le repas, surtout chez celles dont la digestion est lente et pénible. C'est le meilleur de tous les toniques; il stimule l'estomac, réveille son énergie et facilite la chymification. Pendant les grandes chaleurs de l'été, alors que la soif est plus vive et se fait sentir plus souvent, on retirera un grand avantage de boissons légèrement acidulées, la solution d'acide tartarique et oxalique, les limonades préparées avec les sucs de citron, de groseilles, le sirop de vinaigre. Prises en petite quantité, ces boissons désaltèrent très-promptement, ne surchargent point l'estomac, et trompent une soif qu'une grande quantité de liquide ne saurait étancher, comme il arrive dans quelques circonstances. L'usage du café, du thé et de cette foule de liqueurs alcoholiques dont la plupart des femmes aisées

croient devoir faire suivre leur repas, sera proscrit. Mais pourquoi défendrait-on l'usage du thé et du café au lait, qui forment le déjeuner d'un très-grand nombre de femmes? Cette nourriture peut être excitante, à parler rigoureusement; mais l'interdire aux femmes chez lesquelles l'habitude en a rendu les effets absolument nuls, ne serait-ce pas imposer une privation aussi pénible pour celle qui l'éprouve que ridicule de la part de celui qui l'ordonne? Les boissons peuvent être nuisibles par leur température tiède; elles affaiblissent l'estomac et dérangent les digestions; trop froides, à la glace, par exemple, elles peuvent occasioner des coliques violentes par l'impression vive et spontanée qu'elles produisent.

Excreta.

Excrétions. Les excrétions peuvent être distinguées en celles qui s'exercent naturellement et en celles que l'art sollicite. A aucune époque de la vie il n'est aussi important de veiller à l'exercice des excrétions naturelles que pendant la grossesse; aussi les femmes enceintes, qui ne sauraient, sans se rendre coupables envers la société, négliger les soins que réclame leur santé, doivent se tenir en garde contre tout ce qui pourrait les troubler, et donner toute leur attention à les rétablir promptement, dès que leur marche a éprouvé quelque entrave.

Il est une loi générale à laquelle les femmes enceintes doivent se soumettre, c'est d'obéir au premier besoin qu'elles éprouvent de rendre les urines et les matières fécales; si elles résistent, la distension de la vessie et du rectum s'oppose au développement de la matrice, occasione des maux de tête violens, des douleurs vives dans la région pelvienne, et quelquefois même l'avortement. Lorsque les urines et les matières excrémentitielles ne peuvent plus être expulsées naturellement, l'art est obligé d'en provoquer la sortie : on a recours au cathétérisme, aux alimens doux, humectans, aux boissons émollientes, aux lavemens de même nature; cependant il faut se garder

d'abuser de ce dernier moyen, comme le font certaines femmes, dans le but unique de conserver la fraîcheur de leur teint; la membrane muqueuse de l'intestin ne tarde pas à tomber dans un état d'atonie, et de là la nécessité absolue et continuelle des garde-robes artificielles.

Les rapports sympathiques qui existent entre le phénomène de la transpiration cutanée et les autres fonctions de l'économie, les rendent dignes d'une attention spéciale. Une transpiration trop abondante affaiblit toutes les fonctions, augmente la sensibilité de la peau et la rend plus susceptible d'être affectée par les vicissitudes de l'atmosphère. Vient-elle, au contraire, à être supprimée tout à coup, les divers organes peuvent devenir le siége de congestions, et de là naître des accidens excessivement graves. Il est donc nécessaire que les femmes enceintes entretiennent à la surface de leur corps une transpiration modérée; et, pour se procurer cet avantage, elles ne négligeront aucun des soins de propreté du côté de la peau; elles se vêtiront d'une manière convenable, se livreront à un exercice doux; elles devront surtout éviter de s'exposer aux changemens brusques de température.

L'état de grossesse contre-indique-t-il toujours l'emploi des purgatifs et des vomitifs? Les premiers ne sauraient avoir d'effets nuisibles qu'autant qu'ils seraient trop violens ou administrés à contre-temps sans aucune précaution. Les vomitifs peuvent aussi être employés quand ils sont réclamés par tous les signes qui échappent rarement à l'œil du vrai médecin; maniés par une main habile, administrés avec prudence, ils ne provoquent point l'expulsion du fœtus, comme quelques auteurs semblent le craindre. Quoi qu'il en soit, on ne doit y avoir recours qu'avec une grande circonspection, dans un cas de nécessité absolue, pour ne pas avoir à se reprocher une faute irréparable.

Que n'a-t-on pas dit relativement à l'usage de la saignée pendant la grossesse? *Hippocrate* la défend expressément : *Mulier in utero gerens sectâ venâ abortit, eò magis, si major fuerit fœtus.* Cette sentence est exagérée; l'expérience de tous les jours prouve que, loin d'être

constamment nuisible, la saignée est souvent utile et même indispensable pendant la gestation. Cependant n'imitons pas ces médecins soumis à une aveugle routine, qui enlèvent du sang à l'économie au quatrième, au septième et pendant le neuvième mois de la grossesse; comme s'il était au pouvoir de l'homme d'assujettir à des lois rigoureuses la marche de la nature. Ce n'est point parce qu'une femme est enceinte qu'il convient de diminuer chez elle la masse du sang, mais parce qu'elle éprouve des accidens de nature à réclamer ce moyen thérapeutique. La saignée est essentiellement indiquée toutes les fois qu'il y a des signes évidens de pléthore, tels que vertiges, étourdissemens, céphalalgie, épistaxis; lorsque le pouls est plein, fort, accéléré; lorsque la face est rouge, animée; lorsque les femmes sont robustes et vigoureuses, qu'elles accusent un sentiment de chaleur dans la région hypogastrique et du côté de l'utérus; toutes les fois enfin qu'il y a irritation générale de l'organisme, ou que le système utérin, en particulier, est le siége d'une excitation capable de troubler la grossesse. Les émissions sanguines, au contraire, seraient nuisibles chez les femmes éminemment sensibles et nerveuses à l'excès, chez celles qui sont d'une constitution faible, d'un tempérament lymphatique. Aussi ces femmes pâles et languissantes, qui, victimes d'un préjugé vulgaire, vont réclamer l'effusion d'un sang précieux dont elles devraient plutôt enrichir les principes, compromettent leur santé, et, quand elles arrivent au terme de leur grossesse, elles donnent le jour à des êtres faibles et chétifs, qui n'ont qu'une existence incertaine.

A quelque époque de la grossesse que se manifeste la pléthore, la saignée devient nécessaire : elle sera plus ou moins répétée, suivant la gravité des cas, suivant le tempérament, l'âge et les forces. On préfèrera toujours la saignée du bras à celle du pied : s'il survenait quelque accident à la suite de cette dernière, on ne manquerait pas d'accuser le médecin d'impéritie.

Gesta.

Exercice. L'exercice, pris avec modération pendant la grossesse, est le moyen le plus sûr d'éviter une partie des incommodités qui l'accompagnent. Cette vérité n'est-elle pas démontrée par l'observation de ces femmes de la campagne, qui doivent à leur activité la santé florissante dont elles jouissent? Elles ne changent, pendant la gestation, ni leur manière de vivre, ni leurs occupations; aussi les voit-on parcourir les périodes de la grossesse, exemptes de cette foule d'infirmités qui assiégent les femmes de la classe élevée de la société, qui mènent dans nos grandes cités une vie molle et sédentaire. Ces dernières, qu'une éducation vicieuse a rendues si impressionnables, sont affectées de la manière la plus fâcheuse par tout ce qui peut influer, même le plus légèrement, sur leur organisation; elles avortent fréquemment, accouchent difficilement, et sont sujettes aux pertes. Pour mieux faire ressortir encore l'avantage de l'exercice, laissons parler *Roussel :* « La nature les surprend, dit-il (les femmes de la « campagne), au milieu de leurs travaux rustiques qui les ont oc- « cupées pendant leur grossesse, et qui ne les ont que mieux dis- « posées à supporter celui de l'accouchement. La nature, trouvant en « elles des organes robustes, opère sans contradiction, et les délivre « par conséquent avec moins de souffrance et plus de célérité. Les « suites de l'accouchement, qui sont une maladie réelle pour la plu- « part des femmes de la ville, et en partie une espèce d'étiquette et « de convention qui les assujettit, pendant un temps déterminé, au « régime des malades lorsqu'elles ne le sont plus, ne sont presque « rien pour les femmes de la campagne. La nature n'ayant ni caprices « ni excès à combattre, elle ne s'occupe que de leur rétablissement, « et comme elles ne donnent rien ni à l'usage ni à l'opinion, elles « jouissent aussitôt qu'il leur est possible des bienfaits de la nature. » De quelle utilité n'est donc pas l'exercice pour la femme enceinte ! il fortifie le corps en augmentant les mouvemens; il favorise les sécré-

tions et les excrétions diverses; en un mot il entretient active l'action de tous les organes, leur donne plus de ressort, et, en affermissant la santé de la mère, il concourt puissamment au développement du fœtus.

Mais quels sont les genres d'exercice que les femmes enceintes doivent éviter? quels sont ceux auxquels elles doivent se livrer de préférence? Elles éviteront toute espèce d'efforts violens qui exigent une grande force musculaire : ils pourraient produire des accidens plus graves que ceux que l'on cherche à prévenir par l'exercice : telle est l'action de se roidir contre un corps pour le déplacer, celle de soulever et de porter de lourds fardeaux. Elles éviteront aussi tout ce qui peut exposer le corps à des secousses violentes : la promenade en voiture non suspendue, sur un sol inégal, l'équitation sur un cheval de trot, le saut, la danse immodérée. De nombreuses observations attestent que de telles imprudences, surtout dans les derniers mois de la grossesse, ont souvent déterminé des pertes, et même l'avortement. Ces accidens sont principalement à redouter pour les femmes des villes, moins habituées à des exercices pénibles. Elles ne se livreront donc qu'à des travaux faciles, aux occupations domestiques qui exercent le système musculaire sans le fatiguer, et qui ne les exposent pas à de violentes commotions, capables de les priver du fruit de leur fécondité. La promenade à pied par un temps convenable, sur un sol plat et uni, est le genre d'exercice le plus favorable; il joint aux avantages de la locomotion celui de récréer la vue et l'imagination par la succession et la diversité des tableaux rians de la campagne. C'est surtout quelques instans après le repas qu'il peut produire un effet salutaire.

Sommeil. Le sommeil est un des plus grands bienfaits de la nature; pour être salutaire il doit être proportionné à l'habitude, à la fatigue qu'ont éprouvée les organes : de trop peu de durée, il ne réparerait pas suffisamment les forces; trop prolongé, il offre tous les inconvéniens du défaut d'exercice; il affaiblit, diminue l'activité des forces

vitales, et ralentit le jeu des fonctions. On ne doit pas oublier que la nature a assigné le temps de la nuit au repos ; alors les sens sont dans un état de calme et de tranquillité parfaite, et le sommeil est plus profond et plus réparateur.

Percepta.

Une femme enceinte doit être pour les personnes qui l'entourent l'objet d'une attention particulière, relativement à tout ce qui est du domaine des fonctions cérébrales ; sa susceptibilité est singulièrement accrue par sa position : elle est devenue plus sensible aux impressions que produisent sur elle les corps environnans. Nous devons donc éloigner d'elle tout ce qui pourrait frapper trop vivement son imagination, la soustraire à toutes les émotions capables de jeter le trouble et l'agitation dans son âme. De tous les excitans des sens, il n'en est pas qui exercent une aussi grande influence sur l'imagination que ceux qui agissent sur les organes de la vision : aussi doit-on, pour assurer le repos des femmes enceintes, détourner de leurs regards tous les objets qui pourraient leur causer de vives sensations, soit agréables, soit pénibles, tels que les spectacles, surtout les scènes tragiques ; les livres remplis d'aventures romanesques, les peintures lascives. Ne devrait-on pas aussi chasser de l'entrée des églises et des promenades publiques ces troupes de mendians, si communs dans les villes, qui, pour exciter la commisération, montrent des membres mutilés, difformes, des plaies et des ulcères d'un aspect hideux. Ce n'est pas que nous ajoutions foi à ce préjugé si généralement répandu, si profondément enraciné, que les raisonnemens les plus spéciaux, les preuves les plus positives ne parviennent point à le détruire ; ce préjugé, dis-je, qui consiste à croire que l'imagination d'une femme grosse a une telle influence sur l'enfant contenu dans son sein, que lorsqu'elle est effrayée par un objet difforme, il survient une pareille difformité sur la partie du corps de son enfant correspondante à celle dont elle a été épouvantée. S'il est important de ménager le moral

de la femme, ce n'est donc pas dans la crainte chimérique de ces vices de conformation, mais pour prévenir toute impression fâcheuse sur un esprit faible et si prompt à s'alarmer. Le fœtus jouissant, pour ainsi dire, d'une vie commune avec sa mère, il est impossible que les émotions violentes qu'elle éprouve ne produisent pas sur lui un effet nuisible.

A la suite des impressions fâcheuses auxquelles les femmes enceintes sont exposées pendant la grossesse, il ne faut pas omettre celles qui proviennent de l'ouïe : elles frappent quelquefois la mère avec tant de force, causent un tel ébranlement dans toute son économie, que le fœtus peut être tout à coup arrêté dans son développement, ou subir quelque altération dans son organisation. Il faut donc ne leur apprendre une bonne ou mauvaise nouvelle qu'avec la plus grande précaution; une joie vive et spontanée, une frayeur subite, ont quelquefois causé des convulsions et par suite l'avortement. *Moriceau* rapporte l'observation d'une dame qui accoucha subitement en apprenant la mort de son mari, qui venait d'être tué : l'enfant vécut, mais il fut affecté d'un tremblement semblable à celui qu'avait éprouvé sa mère en apprenant ce fatal événement. Il serait aussi à désirer que les sages-femmes s'abtinssent de raconter aux femmes enceintes ces histoires, pour la plupart controuvées, d'accouchemens laborieux où sans leur dextérité la mère aurait succombé. Elles portent ainsi l'inquiétude et la terreur dans leur esprit, au lieu de leur inspirer de la sécurité et de la confiance. Mais de toutes les impressions qui peuvent affecter l'ouïe, il n'en est pas de plus immédiatement dangereuses que celles qui, produites par un bruit violent et subit, sont les effets de la terreur et de la surprise (1). Le baron *Percy* rapporte que sur quatre-vingt-douze enfans nés à Landau quelques mois après l'explosion de l'arsenal, en 1793, huit tombèrent dans une espèce de crétinisme, et moururent avant l'âge de cinq ans; trente-trois vécu-

(1) Dictionnaire des sciences médicales, art. *Détonnation*.

rent languissans jusqu'à huit ou dix mois ; seize périrent à l'instant de leur naissance, et deux vinrent au monde avec de nombreuses fractures des os longs.

Il est une autre cause d'excitation nerveuse qui peut être très-funeste à la santé de la mère et à celle de l'enfant : je veux parler des jouissances vénériennes trop fréquemment répétées ; dès qu'une femme a acquis la certitude de sa grossesse, elle doit user modérément des droits du mariage ; le but de la nature étant rempli, de nouvelles approches peuvent devenir funestes. Comment croire, en effet, que le fœtus, dont l'organisation n'est qu'ébauchée, dont l'existence est encore si fragile, puisse supporter sans danger la secousse profonde, le désordre général que produit dans toute l'économie l'extase de la volupté? D'ailleurs le coït, toujours accompagné d'une vive excitation de l'utérus, augmente l'afflux des liquides vers cet organe et peut déterminer un écoulement sanguin susceptible d'entraîner le produit de la conception. Aussi *Levret* observe-t-il que la plupart des fausses-couches qui surviennent sans cause apparente sont dues à l'abus du coït. Cette remarque n'avait point échappé à l'attention des anciens, comme on le voit par ces vers de *Scévole de Sainte-Marthe :*

Vos venerem immodicam, o matres, si cura salutis,
Vos venerem vitate ; sibi nocet ipsa suumque
Sæpè retexit opus.....

(1) Pour conserver le fruit de vos premiers plaisirs,
Réprimez désormais vos amoureux désirs ;
Au feu qui vit en vous un nouveau feu peut nuire,
Et ce qu'amour a fait amour peut le détruire.

Cependant si le tempérament, l'habitude ou une disposition particulière et quelquefois instantanée des organes de la femme, sollicitent

---

(1) Traduction du docteur *Tytler*.

vivement le coït ; si on a lieu de craindre que la santé de la mère, si nécessaire à l'enfant, ne soit compromise par le refus, il faut permettre un usage modéré des plaisirs de l'amour, en recommandant les précautions qu'exigent l'état des organes et l'extrême sensibilité de la femme.

FIN.

HIPPOCRATIS APHORISMI.

I.

Mulierem in utero gerentem ab acuto aliquo morbo corripi, lethale.

II.

Mulieri in utero gerenti, si alvus multùm fluxerit, periculum ne abortiat.

III.

Mulieri in utero gerenti si mammæ ex improviso graciles fiant, abortit.

IV.

Si mulieri prægnanti erysipelas in utero fiat, lethale.

V.

Quæcumque in utero gerentes à febribus corripiuntur, et vehementer attenuantur, absque manifestâ occasione, difficulter et periculosè pariunt, aut abortientes periclitantur.

VI.

Mulieri utero gerenti tenesmus superveniens abortire facit.